Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij

Opleiding Docent Weerbaarheid en Agressieregulatie (DWA)

De pedagogische mogelijkheden van vechtsporten zijn enorm. Vechtsport kan dan ook een passend instrument zijn om persoonlijke ontwikkeling en gedragsverandering te stimuleren. Maar vechtsport als middel inzetten, vergt een andere aanpak dan wanneer vechtsport het doel is. Het reguleren van agressie of het vergroten van weerbaarheid is immers iets anders dan het aanleren van een kata of een low-kick. In de achtdaagse opleiding 'Docent Weerbaarheid en Agressieregulatie' leren deelnemers vechtsport als instrument te gebruiken. De opleiding is een echte praktijkopleiding. Via verschillende inspirerende werkvormen leer je om te werken met de agressieregulatie- en weerbaarheidsmethode van het NIVM. Hoofddoel is dat je aan het einde van de opleiding in staat bent om jouw leerlingen op basis van zelfregulatie weerbaarder te maken en beter om kunnen laten gaan met agressieproblemen.

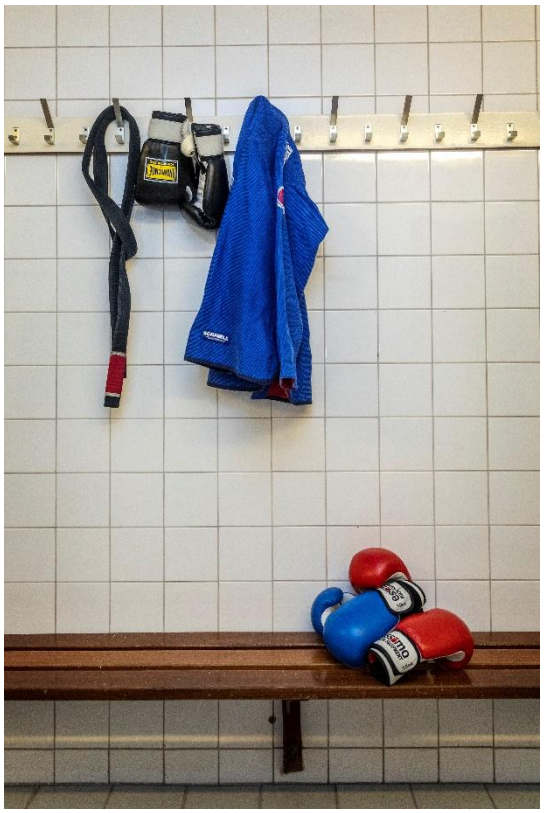
De opleiding kent de volgende onderdelen:

1. FUNdamentals; Veilig pedagogisch klimaat

Het kunnen creëren van een veilig pedagogisch klimaat, waarbij plezier een belangrijke basisvoorwaarde is.

2. Module: Themagericht lesgeven (2 dagen)

Leren werken met een themagerichte lesmethode, waarbij vechtsport als instrument wordt gebruikt.



3. Module: weerbaarheid (2 dagen)

-Visievorming en kennisontwikkeling over het onderwerp

-Wat zijn de randvoorwaarden om weerbaarheid te kunnen vergroten bij mijn leerlingen?

-Wat is de invloed van de trainer op het trainen van de weerbaarheid?

4. Module: agressieregulatie (2 dagen)

-Visievorming en kennisontwikkeling over het onderwerp

-Wat zijn de randvoorwaarden om agressie te kunnen kanaliseren bij mijn leerlingen

-Wat is de invloed van de trainer op het trainen van de agressie-regulatie?

5. Persoonlijke effectiviteit en communicatie

Het effect van de methode die gebruikt wordt, is afhankelijk van de trainer. Daarom is er veel aandacht voor de persoonlijke effectiviteit van de trainer en het belang van communiceren. Communicatie is immers het belangrijkste middel van de trainer om zijn boodschap over te brengen.

Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij

Opleidingsdata dec 2026 – mei 2027

De achtdaagse opleiding start op zondag 13 december 2026. Het examen staat gepland op zondag 23 mei 2027. De opleidingsdata zijn als volgt:

- 13 december - FUNdamentals
- 10 januari - Communicatie en persoonlijke effectiviteit
- 24 januari - DWA methodiek (themagericht lesgeven) dag 1
- 7 februari - DWA methodiek (themagericht lesgeven) dag 2
- 7 maart - Weerbaarheid theorie 1
- 21 maart - Weerbaarheid praktijk 2
- 4 april - Agressieregulatie theorie 1
- 25 april - Agressieregulatie praktijk 2
- 23 mei – EXAMEN

Het opleidingstraject bestaat uit 8 opleidingsdagen en een examendag. Daarbij moet nog rekening gehouden worden met het maken van een drietal huiswerkopdrachten / lesvoorbereidingen. Verder is er nog een aparte module 'Stage'.

Nederlands Instituut voor Vechtsport en Maatschappij

Stage

De stage behelst een 'meeloopstage' bij een door het NIVM opgeleide docent in de agressieregulatie en/of weerbaarheid van tenminste 4 lesuren. Hiervan dient een verslag te worden opgesteld. Daarnaast dient er minimaal één themales op een stageadres worden gegeven, en hiervan dient een verslag te worden ingeleverd.

Examen

Wanneer alle voorbereidingsopdrachten en werkstukken voldoende zijn bevonden én de stage-onderdelen goed zijn afgerond, kan de cursist examen doen. Deelnemers mogen maximaal één les missen om aan het examen deel te kunnen nemen. Tijdens het examen krijgt iedere cursist twee opdrachten:

- Het verzorgen van een les van maximaal 25 minuten binnen het thema agressieregulatie of weerbaarheid. Deze les moet een themagerichte opbouw hebben en worden gegeven aan een groepje leerlingen.
- Het geven van een presentatie van maximaal 25 minuten waaruit blijkt dat de cursist de theoretische kennis vanuit de cursus kan toepassen. Het kader van de presentatie is om het agressieregulatie/ weerbaarheidsproduct te kunnen verdedigen of bewijzen tegenover een kritische toehoorder.

Locatie

De opleiding zal plaatsvinden in de locatie van UKV de Halter, Heycopplein 5 in Utrecht (op zondag gratis parkeren en op 7 minuten lopen vanaf Utrecht CS). De cursusdagen starten om 10.00 uur en duren ongeveer tot 17.00 uur. Inloop is mogelijk vanaf 09.30 uur. Let op: er is geen catering aanwezig, voor lunch dient u zelf te zorgen.

Deelname en kosten

Voor deelname aan de opleiding gelden de volgende instroomeisen:

- Diploma leraar A of B bij een rijkserkende vechtsportorganisatie of een sporttechnische opleiding op niveau 3 van de kwalificatiestructuur Sport (of minimaal vijf jaar ervaring als sportdocent)
- Voor deelnemers uit andere domeinen geldt dat ze affiniteit en ervaring moeten hebben in het werken met de doelgroep die ze na de opleiding gaan begeleiden en zelfstandig kunnen lesgeven.
- Minimum leeftijd 18 jaar
- Desgevraagd een Verklaring Omtrent Gedrag kunnen overleggen

De kosten voor deelname aan de opleiding zijn € 1.320,- (ex btw). Inschrijven kan via www.nivm.nl